

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan tingkat pendidikan dasar secara formal setelah melalui tingkat sekolah dasar. Pada umumnya peserta tingkat pendidikan ini berusia 12 hingga 15 tahun. Dimana pada usia tersebut anak sudah bisa disebut sebagai remaja. Santrock mengatakan bahwa remaja merupakan suatu masa transisi, yakni perpindahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa (2011:299). Remaja memiliki peran yang sangat penting dalam pencapaian cita-cita bangsa di masa yang akan datang. Oleh karena itu, sangatlah penting adanya pendidikan untuk usia remaja tersebut.

Pendidikan yang diberikan kepada remaja tidaklah cukup pemberian pendidikan secara formal saja, akan tetapi juga diperlukan pemberian pendidikan nonformal. Pendidikan nonformal tersebut dapat berupa pendidikan moral ataupun adab. Pemberian pendidikan nonformal dapat dilakukan oleh pihak sekolah maupun keluarga. Pendidikan nonformal perlu adanya untuk memberikan pengertian terhadap anak mengenai kehidupan manusia sebagai makhluk sosial yang tidak jauh dari norma-norma yang ada.

Masa remaja merupakan tahapan dimana anak akan banyak merasakan hal yang baru, baik perubahan dalam dirinya maupun dari lingkungan sekitarnya. Masa ini adalah masa yang rentan terhadap adanya kesalahan dalam menentukan tujuan hidup, karena masa ini adalah masa

pencarian identitas diri bagi remaja. Sangat diperlukan adanya perhatian yang penuh untuk memberikan bimbingan agar si anak tidak berada di jalan dan pengetahuan yang salah.

Pada masa transisi, remaja yang berasal dari masa kanak-kanak mengalami perubahan yang cukup terlihat, baik itu perubahan dari segi fisik, biologis maupun kognitifnya. Perubahan nyata yang biasa langsung disadari oleh remaja tersebut dan orang di sekitarnya adalah adanya perubahan fisik. Perubahan yang seperti ini biasa dialami di awal usia remaja mereka. Lebih tepatnya pada siswa-siswi kelas VII dengan rentang usia 12 hingga 13 tahun dan siswa-siswi kelas VIII dengan rentang usia 13 hingga 14 tahun. Ketika sampai pada masa pubertas, remaja mulai merasakan adanya perbedaan pada raganya karena mengalami perkembangan.

Crosnoe dan Trinitapoli dalam Santrock mengatakan bahwa terjadinya masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa remaja adalah ‘kompleks dan multidimensi’, hal tersebut melibatkan perubahan dari banyak aspek yang berbeda dari kehidupan individu (2011:300). Remaja seharusnya mampu menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi pada masa puber sehingga remaja mencapai kepuasan terhadap diri dan lingkungan. Remaja pubertas mengalami perubahan dan perkembangan secara fisik, kognitif dan sosial-emosinya. Sehingga remaja mulai menyesuaikan diri dengan perubahan tersebut.

Perubahan-perubahan fisik yang terbesar pengaruhnya pada perkembangan jiwa remaja adalah pertumbuhan tubuh (badan menjadi panjang dan tinggi), mulai berfungsinya alat-alat reproduksi (ditandai dengan haid pada wanita dan mimpi basah pada laki-laki) dan tanda-tanda seksual sekunder yang tumbuh (Sarwono, 2011:62). Pada segi kognitifnya remaja mulai bisa berfikir secara abstrak, idealis dan logis (Santrock, 2011:299). Sehingga mereka mulai berfikir tentang bagaimana dirinya pada pandangannya sendiri dan pada pandangan orang lain terhadapnya. Dan Santrock juga berpendapat bahwa secara sosial-emosinya pada masa ini merupakan masa dimana remaja mulai mencari identitas dirinya (2011:299). Remaja mulai mengatur diri dengan dapat menyesuaikan diri terhadap lingkungan agar dapat diterima dengan baik.

Adanya perubahan pada masa pubertas mengakibatkan munculnya rasa malu pada sebagian remaja. Karena perubahan tidak dialami secara serentak oleh semua remaja, sehingga ketika terdapat remaja yang mengalami hal tersebut, ia akan merasa bahwa dirinya berbeda dari yang lain. Terlebih pada perubahan fisik yang membuat citra tubuh remaja tersebut berperan, dengan menilai dirinya sendiri bahwa dirinya tampak cantik atau jelek. Remaja mulai memperhatikan dan merawat tubuhnya untuk dapat tampil sedemikian rupa agar dapat sanjungan dari pandangan orang lain terhadapnya.

Beberapa dari mereka ada yang sudah bisa menata penampilan sesuai dengan kesesuaian lingkungannya, akan tetapi ada juga beberapa dari mereka yang bersikap acuh terhadap lingkungannya, yang penting ia bisa tampil menarik dengan perubahan yang mereka alami. Penyesuaian diri yang seperti ini cenderung dialami remaja awal, karena mereka masih kurang bisa mengontrol diri mereka terhadap perubahan-perubahan yang terjadi dan terhadap penemuan siapa sebenarnya diri mereka, peran dan kemana mereka harus melangkah pada tahapan yang seperti ini.

Ketika remaja mulai menyadari citra tubuh mereka di masa pubertas remaja awal, beberapa dari mereka bisa mulai merasa malu untuk mengakui apa yang sedang terjadi pada diri mereka. Tapi juga beberapa dari mereka akan dengan bangganya menunjukkan apa yang sudah terjadi. Hal tersebut bisa dikarenakan adanya kebanggaan tersendiri pada diri mereka karena mengalami perubahan kearah yang lebih baik menurut mereka. Mereka senang diperhatikan orang lain dengan perbedaan yang ada, bahkan mereka bisa jadi merasa lebih ganteng atau lebih cantik di antara mereka yang lain. Untuk mereka yang merasa malu mengakui, mereka perlu untuk menyesuaikan diri dengan yang lain agar tidak dikucilkan karena mereka berbeda dengan yang lain. Remaja seperti ini akan merasa takut akan dirinya sendiri yang terlebih dahulu mengalami perubahan dibanding yang lain. Sebisa mungkin menutupi kejadian awal penanda pubertas dari yang lain, terlebih kepada mereka yang berlawanan jenis.

Informasi dari data awal yang didapatkan mengatakan bahwa masa pubertas adalah masa yang dinanti. Mereka para remaja menganggap masa pubertas bisa membawa membuat mereka lebih dewasa. Mereka tidak memikirkan lagi tentang remaja sebagai masa penting yang harus mereka lalui dan mereka perhatikan. Karena masa ini merupakan masa yang sangat rentan terhadap perilaku positif ataupun negatif yang bisa menentukan ke arah mana mereka akan melanjutkan hidup.

Hasil wawancara dari beberapa siswa kelas VII dan VIII SMP NU Syamsuddin menyatakan bahwa pada saat awal merasakan pubertas mereka merasa bingung, takut dan tidak nyaman. Akan tetapi mereka juga mengatakan senang karena mereka bisa mulai mengenal yang namanya pacaran. Perubahan fisik yang mereka alami dirasa hal yang biasa saja karena dianggap semua juga akan mengalami hal tersebut. Fakta ini dapat disesuaikan dengan salah satu aspek penyesuaian diri siswa yakni *self-satisfaction*. Rasa puas yang ada pada diri didapatkan bila keinginannya terpenuhi dan menganggap segala sesuatu sebagai suatu pengalaman. Pengalaman dari fakta yang didapat berupa pengeksploaran diri dengan status pacaran yang kemudian dibanggakan kepada teman-temannya (wawancara II, 19 Januari 2015).

Kejanggalan dirasakan ketika terdapat minoritas yang tidak mengalami hal-hal seperti yang ada di lingkungannya. Ditemukan 1 diantara 12 siswi di kelas VII yang belum mengalami masa pubertas. Salah satu

subjek berinisial V mengaku pernah mendapatkan cerita dari siswa berinisial A yang belum mengalami pubertas. Diakatakan bahwa siswa berinisial A ini merasa bingung dan heran karena hanya dirinya yang belum mengalami pubertas. Sampai si A mencari tahu dengan bertanya-tanya kepada si V tentang kenapa dia belum mengalami pubertas (wawancara II, 19 Januari 2015).

Wali kelas dari kelas VII dan kelas VIII-pun mengatakan bahwa masa pubertas siswa-siswinya saat ini adalah sebuah prestasi dan kesenangan. Hal tersebut ditunjukkan dengan adanya istilah pacaran yang mereka eksplorakan kepada teman-temannya. Mereka gunakan keadaan tersebut sebagai pembandingan dengan teman-temannya untuk menunjukkan bahwa mereka bisa lebih dari mereka (wawancara II, 19 Januari 2015).

Penelitian terdahulu oleh Jul Asdar Putra Samura, SST, M.Kes tentang *“Hubungan Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas Dengan Citra Tubuh Remaja Putri Kelas I”* mengatakan bahwa remaja putri yang menerima citra tubuhnya sebanyak 21 orang (68%) dan remaja putri yang menolak citra tubuhnya sebanyak 10 orang (32%). Fenomena yang ditemukan di kelas VII dan VIII SMP NU Syamsuddin hampir memiliki kesamaan dengan penelitian tersebut. Remaja di SMP NU Syamsuddin menerima citra tubuhnya pada masa pubertas dengan adanya kebanggaan tersendiri dengan perubahan dirinya yang membuat mereka lebih merasa percaya diri.

Penelitian lain mengenai “*Penyesuaian Diri Pada Masa Pubertas*” oleh Lilis Suryani, Syahnar dan Zikra (2013) mengemukakan bahwa penyesuaian diri terhadap perubahan fisik pada masa pubertas berada pada kategori kurang baik. Perubahan fisik ini meliputi ukuran tubuh, perubahan proporsi tubuh, ciri-ciri seks primer dan ciri-ciri seks sekunder. Hasil dari penelitian tersebut berbeda dengan fenomena yang saya temukan di tempat penelitian. Kenyataan yang ada siswa-siswi kelas VII dan kelas VIII SMP NU Syamsuddin cukup bisa menyesuaikan diri dengan perubahan fisik yang terjadi pada saat pubertas. Mereka merasa senang dan tidak ada rasa malu dikarenakan berpikir bahwa yang lain pasti juga merasakan atau mengalami hal tersebut.

Berdasarkan data yang telah dipaparkan, terdapat perbedaan dari fenomena dengan hasil penelitian yang ditemukan. Maka peneliti tertarik mengadakan penelitian mengenai masa pubertas remaja untuk melihat ada atau tidaknya pengaruh citra tubuh terhadap penyesuaian diri pada masa pubertas remaja.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka selanjutnya dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat citra tubuh masa pubertas siswa-siswi kelas VII-VIII SMP NU Syamsuddin?

2. Bagaimana tingkat penyesuaian diri masa pubertas siswa-siswi kelas VII-VIII SMP NU Syamsuddin?
3. Adakah pengaruh citra tubuh terhadap penyesuaian diri masa pubertas siswa-siswa SMP NU Syamsuddin Kelas VII-VIII?

C. Tujuan Penelitian

Dengan melihat perumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah :

1. Mengetahui tingkat citra tubuh masa pubertas siswa-siswi kelas VII-VIII SMP NU Syamsuddin.
2. Mengetahui tingkat penyesuaian masa pubertas siswa-siswi kelas VII-VIII SMP NU Syamsuddin.
3. Menguji ada atau tidaknya pengaruh citra tubuh terhadap penyesuaian diri masa pubertas siswa-siswi Kelas VII-VIII SMP NU Syamsuddin.

D. Manfaat Penelitian

Secara Teortis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan yang mampu memperluas cakrawala ilmiah pada psikologi perkembangan pada khususnya, serta ilmu psikologi pada umumnya dalam mengetahui pengaruh citra tubuh terhadap penyesuaian diri pada remaja awal.

Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan membawa manfaat sebagai berikut :

a. Bagi Siswa

Peneliti berharap bahwa penelitian ini akan bermanfaat sebagai bahan masukan bagi siswa yang sudah memasuki masa remaja awal dan diharapkan dapat menjadi acuan untuk menambah pengetahuan siswa mengenai citra tubuh siswa terhadap penyesuaian diri siswa dalam masa remaja awal.

b. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan keuntungan yang cukup besar dalam rangka pengembangan perhatian terhadap siswa-siswi yang mengalami masa penyesuaian diri dari masa transisinya.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat membantu peneliti selanjutnya sebagai bahan informasi dan referensi. Bisa dijadikan bahan acuan untuk meneliti lebih lengkap atau melanjutkan penelitian ini.